Школа ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс Отд./корп День 14.03.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 366 | Запеканка из творога с молоком сгущ | 210 | 80,07 | 364 | 8 | 15 | 45 |
| | гор.напиток | 693 | Какао с молоком | 200 | 12,62 | 134 | 3 | 3 | 25 |
| | хлеб | т/к | Батон обогащенный микронутриентами | 15 | 2,74 | 38 | 1 | 0 | 7 |
| | Фрукты | 103 | Яблоко | 100 | 14,65 | 44 | 0 | 0 | 9 |
| | Хол. блюдо | 3 | Бутерброд с сыром | 40 | 12,62 | 92 | 2 | 4 | 10 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 17 | Помидор свежий | 100 | 20,53 | 22 | 1 | 0 | 4 |
| | 1 блюдо | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем и курой | 315 | 15,30 | 121 | 7 | 5 | 11 |
| | 2 блюдо | 375 | Бефстроганов | 100 | 80,06 | 203 | 17 | 12 | 5 |
| | гарнир | 472 | Пюре картофельное | 230 | 25,44 | 218 | 4 | 9 | 31 |
| | сладкое | 9 | Сок фруктовый | 20 | 24,37 | 86 | 0 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | т/к | Батон обогащенный микронутриентами | 55 | 10,16 | 134 | 4 | 1 | 27 |
| | хлеб черн. | т/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 75 | 8,24 | 166 | 5 | 1 | 35 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |